

Goed kiezen

Hoe doe je dat: goed kiezen? Deze opdracht leert je hoe je op een goede manier je vervolgopleiding of beroep kiest. Maar eerst stellen we je een vraag:

Hoe moeilijk vind of vond jij je studie-/beroepskeuze?

Omcirkel jouw antwoord:

1. Heel erg moeilijk, heel zwaar, bijna onmogelijk
2. Erg moeilijk, zwaar
3. Moeilijk
4. Tamelijk gemakkelijk, vrij licht
5. Makkelijk, licht

Voor de een voelt het als een hele moeilijke keuze, voor de ander als een makkelijke. Het ligt er vaak ook aan hoe je naar deze vraag kijkt. Die manier van kijken leer je met deze opdracht. Daarom zetten we twee brillen op. De eerste bril laat zien waarom de keuze heel moeilijk kan zijn, de tweede juist waarom het heel makkelijk kan voelen.

De keuze is erg moeilijk, heel zwaar, bijna onmogelijk

Waarom zou de keuze erg moeilijk en zwaar en bijna onmogelijk zijn?

> Er zijn verschrikkelijk veel mogelijkheden

Als je op Studiekeuze123 kijkt, staan daar begin 2024 maar liefst 3.256 opleidingen op! Je kunt uit meer dan 1.000 beroepen kiezen. Er is zoveel mogelijk, dat overzicht krijgen lastig kan zijn. En heb je eenmaal gekozen, heb je dan echt wel alle mogelijkheden gezien? Je kan later weer gaan twijfelen over een andere opleiding of spijt krijgen.

> Het is lastig een realistisch beeld van een opleiding of beroep te hebben

Vaak krijg je een (te) rooskleurig beeld voorgeschoteld. Onderwijsinstellingen willen hun opleiding zo goed en positief mogelijk promoten. En namen van opleidingen én functies zeggen vaak te weinig.

> Je weet niet hoe het werk er in de toekomst uit gaat zien

Maar dat kan je onmogelijk weten. De (thuis)computer is pas 40 jaar oud, het publieke internet amper 30 jaar. De ontwikkelingen gaan steeds sneller en zullen in de toekomst waarschijnlijk steeds sneller gaan. Nano- en gentechnologie, ontwikkelingen op het gebied van AI en robotica, noem maar op. We weten niet wat ons over 15 jaar te wachten staat.

- > **Het is heel moeilijk om jezelf écht te kennen**
De meeste mensen kunnen hun eigen capaciteiten en talenten niet goed inschatten. De een heeft een te hoge dunk van zichzelf, de ander een te lage. Of ze laten zich leiden door de meningen van anderen. Zeker als je nog weinig levenservaring en werkervaring hebt opgedaan, is dit erg moeilijk.
- > **Je weet niet hoe je in de toekomst zult zijn**
Je weet niet hoeveel je zult gaan veranderen, wat je gaat meemaken en welke dingen je allemaal nog gaat leren. Het kan zijn dat je hele andere dingen belangrijker en leuk(er) gaat vinden dan nu. En ook dat is niet te voorspellen. Je gaat daarom nu inschatten hoe gelukkig je gaat zijn met de mogelijkheden die er nu zijn.
- > **Veel mensen hebben overspannen verwachtingen en voelen druk**
Bijvoorbeeld dat werken altijd leuk moet zijn en voldoening moet geven. Een heleboel werk wat gedaan moet worden is helemaal niet zo leuk en elke functie heeft wel taken die minder spannend of leuk zijn.
- > **Het kan voelen als de keuze van je leven, je succes én levensgeluk hangen er vanaf**
Als dat zo is, vraag dan ook eens naar de tool 'De Keuze van je Leven'. Het kan ook zijn dat je druk voelt vanuit je ouders en/of vrienden. Zij wensen jou ook een mooie (studie)loopbaan toe en hebben soms zelfs eigen ambities die ze op jou loslaten. En deze keuze heeft natuurlijk ook financiële gevolgen. Veel factoren die voor keuzestress kunnen zorgen.
- > **Tijdens een keuzemoment komen er vaak ook lastige levensvragen omhoog**
Bijvoorbeeld: waarvoor leven we eigenlijk? Wat is een goed leven? Socrates kwam zo'n tweeënhalf duizend jaar geleden met de opdracht 'Ken jezelf'. Maar wist je dat hij heeft toegegeven dat hij die opdracht voor zichzelf nooit goed heeft weten uit te voeren?
- > **Je hersenen zijn bovendien nog lang niet uitgegroeid**
Je moet dit zien op te lossen met een brein dat volgens hersenwetenschappers en ontwikkelingspsychologen nog lang niet 'rijp' is. De troost is dat je later vanzelf leert om makkelijker verstandige keuzen te maken en bij die keuzes te blijven.
- > **Als je pech hebt, krijg je ook tegenstrijdige adviezen**
De een adviseert om veel informatie te verzamelen en je verstand te gebruiken. De ander zegt dat je je gevoel en passie moet volgen. Moet je voor een technische opleiding gaan, of wil je toch liever met mensen werken? Wat is de juiste keuze?

En - word je een beetje benauwd van deze lijst? Goed, dat was nou net de bedoeling. Laat het gevoel van een eigenlijk onmogelijke opgave maar eens goed tot je doordringen. Aan veel van het bovenstaande kun je niets veranderen. Hoe goed je je ook voorbereidt, je keuze blijft een stap in het duister.

Het gaat erom of je bereid bent die stap in het duister te zetten. Het is goed om te accepteren wat je niet kunt veranderen.

En één van die dingen is dat jouw toekomst niet te voorspellen is!

Het is onmogelijk om er zeker van te zijn dat je de goede keuze maakt, hoe graag je dat ook wilt. Als je toch per se de goede keuze wilt maken, zal dat je blokkeren. Accepteren wat je niet kan veranderen is één ding, maar het is wel goed om te werken aan waar je wel iets aan kunt doen. En om de kans zo groot mogelijk te maken op een goede keuze en een loopbaan waar je happy van wordt. Laten we daarom ook eens kijken naar de andere kant.

De keuze is makkelijk en licht

Hoezo zou de keuze makkelijk of licht kunnen zijn?

- > **Als je een keuze moet maken die heel lastig is, zijn de keuzes vaak zeer gelijkwaardig**
Maar als de alternatieven zo gelijkwaardig zijn, dan maakt het dus eigenlijk niet zoveel uit wat je kiest. Ze hebben immers dezelfde waarde!
- > **Veel keuzes lossen zich na een tijdje vaak vanzelf op**
Dan weet je op een gegeven moment gewoon wat je gaat doen. En anders: er komt een moment dat je A of B gaat doen, of je daar nu veel over hebt nagedacht of niet.
- > **Kiezen is makkelijker als je beseft dat de keuze minder belangrijk is dan veel mensen zeggen**
Of je succes zult hebben in je loopbaan en gelukkig zult worden in je leven hangt helemaal niet zo sterk af van deze keuze. Geluk, pech en allerlei toevalligheden en onvoorzienbare omstandigheden spelen ook in jouw toekomst ongetwijfeld een doorslaggevende rol.
- > **Je keuze nu is niet doorslaggevend voor geluk en succes later**
Andere dingen zijn minstens zo belangrijk. Wat zijn dat voor andere dingen? Een voorbeeld is hoe je omgaat met wat je gekozen hebt en met wat er allemaal gebeurt. Het gaat om dingen als doorzettings- en aanpassingsvermogen. En weten of je in een bepaalde situatie moet volharden of juist je koers moet verleggen. Als je dat niet weet of als je niet kan doorzetten en aanpassen, dan kunnen goede keuzen makkelijk verkeerd aflopen. En omgekeerd!

Kortom: goed kiezen is belangrijk, maar het is zeker niet zo dat je leven van de studiekeuze afhangt!

We raden je aan om je keuze goed aan te pakken, maar je zult moeten accepteren dat je er nooit zeker van kunt zijn dat het de goede keuze is. Als je het goed aanpakt, kun je wel de kans vergroten dat je iets kiest waar je nog lang plezier van hebt

Daarom nu een paar concrete adviezen om goed te kiezen

Deze adviezen zijn gebaseerd op wat er in de wetenschap bekend is over goed kiezen. Als je daar nu mee oefent bij je studie-/beroepskeuze, kun je daar nog lang profijt van hebben. Want in je leven zul je nog heel vaak nieuwe keuzes maken.

- > Begin zo vroeg mogelijk met het nadenken over de toekomst. En in jouw toekomst. Wees er nieuwsgierig naar. Jij hebt invloed op je eigen toekomst! Je definitieve keuze uitstellen tot je moet kiezen kan prima zijn, maar begin vroeg met je te oriënteren en er mee bezig te zijn.
- > Praat over je keuze met anderen. Denk bijvoorbeeld aan je ouders, broers en zussen, ooms en tantes en vrienden, maar ook je decaan, mentor, docenten en studenten die een opleiding volgen waar je belangstelling voor hebt, en mensen die een beroep uitoefenen waar je wel wat voor voelt). Luister goed naar wat ze zeggen, maar vorm je eigen mening.
 - > Verzamel informatie, maar zorg ervoor dat je daar niet in verdrinkt.
 - > Vind je dat er veel te veel mogelijkheden zijn? Zijn er heel veel studies of beroepen die je leuk vindt? Maak dan een kleinere selectie.
 - > Probeer ervaringen op te doen met de studie of met het werk wat je graag wilt gaan doen. Ga eens kijken. Volg een proefles. Bekijk opdrachten en studieboeken. En misschien kun je een dag (of een uur) meelopen met een iemand op de werkvloer.
- > Probeer zowel je hart (je gevoel en intuïtie) als je verstand (zakelijke overwegingen) te laten spreken. Het verstand praat vaak makkelijker en harder dan je hart. Daarom is het goed om af en toe echt eens te proberen te luisteren naar wat je hart (of je lijf of je buik) wil zeggen.
 - > Bijvoorbeeld, je stelt je voor dat je studie A kiest en daarna werkt in een bepaald beroep. Hoe voelt dat in je lijf? En wat voelt er anders als je je voorstelt dat je B kiest? Waar voel je dat? Is dat dezelfde plek als bij studie A?
- > Werk genoeg, maar niet téveel aan je keuze. Bedenk dat er in je hersenen allerlei onbewuste processen met jouw keuze bezig zijn, terwijl jij bijvoorbeeld aan het sporten of slapen bent. Vaak komt een keuze vanzelf, als je er een tijdje niet mee bezig bent. Maar dan moet je wel genoeg informatie hebben verzameld en er genoeg over hebben nagedacht.
- > Misschien vraag je je af: "Wat moet ik nou doen?" Of: "Wat wil ik nu eigenlijk?". Als je daar niet goed achter komt, kan het helpen om eens een andere vraag te stellen. Bijvoorbeeld: "Wat verwacht ik dat ik ga doen?". Met andere woorden: wat is het meest waarschijnlijke? Stel dat je op een ochtend wakker wordt en je weet het. Wat zou het dan zijn?
- > Een andere manier van kijken maakt het kiezen soms makkelijker. Het nemen van een beslissing is meestal erg moeilijk als je vooral denkt in nadelen. Bijvoorbeeld lange reistijden, moeilijk een kamer vinden, grote kans op werkloosheid. Beslissen gaat makkelijker als je denkt in voordelen, bijvoorbeeld interessante vakken, goede beoordeling in de Nationale Studenten Enquête, een gave baan.
- > Als je tenslotte een keuze gemaakt hebt, schrijf of vertel dan aan anderen wat jouw argumenten daarvoor zijn.

Tot slot enkele vragen

1. Kijk eens terug naar het antwoord dat je in het begin van deze tool gaf op de vraag "Hoe moeilijk vind of vond jij je studie-/beroepskeuze?" Geef je nu hetzelfde antwoord? Zo nee, wat is er veranderd? En hoe komt dat?

.....
.....
.....

2. Wat pik jij op als interessant of belangrijk in bovenstaande tekst? Noem minstens drie dingen.

.....
.....
.....

3. Wat neem jij je voor op het gebied van je studie-/beroepskeuze? Wat ga je concreet doen? Noem minstens drie dingen.

.....
.....
.....

Tot slot nog een laatste advies

Goed kiezen is ingewikkeld. Je ziet dat deze werkbladen veel informatie bevatten. Misschien ben je het met sommige dingen niet eens. Of misschien denk je dat er tegenstrijdigheden in zitten. Ons laatste advies is om dit stuk ook eens door anderen te laten lezen en erover te praten. Meestal zijn je ouders de aangewezen personen, maar soms is het juist goed om over dit soort dingen te praten met bijvoorbeeld een zus, vriend of oom.

Succes!